

UCHWAŁA NR LXIII/778/2010

Rady Miasta Jastrzębie-Zdrój

z dnia 28 października 2010r.

w sprawie przyjęcia projektów socjalnych wynikających z „Strategii rozwiązywania problemów społecznych Jastrzębia-Zdroju na lata 2006-2010.”

Na podstawie art.18 ust.2 pkt 15 ustawy z dnia 08 marca 1990r. o samorządzie gminnym (Dz.U.Nr 142 z 2001r., poz.1591 z późn.zm.), art.17 ust.1 pkt 1 ustawy z dnia 12 marca 2004r. o pomocy społecznej (Dz.U.Nr 175 z 2009r. poz.1392 z późn.zm.) oraz uchwały Nr XXXIX/832/2005 Rady Miasta Jastrzębie-Zdrój z dnia 15 grudnia 2005r. w sprawie przyjęcia „Strategii rozwiązywania problemów społecznych Jastrzębia-Zdroju na lata 2006-2010.”

Rada Miasta Jastrzębie-Zdrój

u c h w a ł a

§1

Przyjąć projekt socjalny Nr 6, w brzmieniu stanowiący załącznik do niniejszej Uchwały.

§2

Wykonanie Uchwały powierza się Prezydentowi Miasta.

§3

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

PROJEKT NR 6

GRUPA WSPARCIA DLA OSÓB Z ZABURZENIAMI DEPRESYJNO -LĘKOWYMI

„Grupa może przyczynić się lub zrealizować to, czego nie może jednostka”

I. Wprowadzenie do projektu.

I.1 Uzasadnienie projektu-cele

CEL GŁÓWNY:

Przywrócenie uczestnikom stanu spokoju, radości, chęci do działania, podniesienie samooceny, uświadomienie możliwości samorealizacji

CELE SZCZEGÓŁOWE:

- niesienie nadziei na powrót do zdrowia
- dzielenie się doświadczeniem w pokonywaniu związanych ze wspólnym problemem trudności,
- dzielenie się wsparciem emocjonalnym,
- zwalczanie bezradności wobec problemu, własnej choroby
- budowanie motywacji do zmiany swojej sytuacji życiowej
- wymiana użytecznych informacji
- pogłębianie wglądu i zrozumienia u uczestników oraz szukanie wspólnymi siłami rozwiązań
- pogłębianie wiedzy na temat natury zaburzenia poprzez uczestnictwo w sesjach psychoedukacyjnych prowadzonych przez lekarza psychiatrę

PRZEWIDYWANE EFEKTY GRUPY WSPARCIA

- odkrycie i zaakceptowanie poprzednio nieznanych lub nie akceptowanych stron własnej osobowości
- umiejętność dzielenia się zmartwieniami, a nie skrywanie ich w sobie
- zdobycie umiejętności wyrażania uczuć
- wyrażanie w asertywny sposób pozytywnych i / lub negatywnych uczuć wobec innych ludzi
- uświadomienie sobie, że sam ponoszę odpowiedzialność za to jak żyję, niezależnie od wsparcia i pomocy, jakie dają inni
- zdobycie wiedzy o tym, jaki jestem w relacjach z innymi ludźmi
- zwiększenie zaufania do innych
- poszerzanie wiedzy na temat zaburzeń depresyjno – lękowych pozwalającej na poprawę codziennego funkcjonowania

I.2 Beneficjenci projektu

Projekt grupy wsparcia jest koncepcją skierowaną bezpośrednio do osób dotkniętych zaburzeniami depresyjno-lękowymi, z terenu miasta Jastrzębie-Zdrój. Potencjalni uczestnicy to klienci Ośrodka Pomocy Społecznej.

Aby zostać uczestnikiem zajęć zainteresowany musi ustnie wyrazić chęć uczestnictwa w spotkaniach , która ma być poparta systematycznym uczęszczaniem na zajęcia we wcześniej ustalonych terminach.

Udział w zajęciach jest bezpłatny i dobrowolny dlatego uczestnik sam bierze na siebie odpowiedzialność za swoją decyzję udziału w grupie.

I.3 Proponowana lokalizacja

Spotkania grupy wsparcia odbywać się będą w pomieszczeniu zlokalizowanym na parterze budynku Ośrodka Pomocy Społecznej w Jastrzębiu-Zdroju ul. Opolska 9 . Pomieszczenie jest przystosowane do spotkań grupowych i uwzględnia specyfikę pracy w grupie i z grupą.

I.4 Wyposażenie

Pomieszczenie grupy wsparcia jest wyposażone w podstawowy sprzęt typu: stół, krzesła, tablica do pisania, materiały biurowe przewidziane dla uczestników oraz telewizor i magnetowid.

Przewidziana jest również możliwość przygotowania kawy lub herbaty, co wpływa na stworzenie przyjaznego klimatu.

I.5 Liczba uczestników

Grupa zajęciowa będzie liczyła do 10 osób. Niewielka liczba uczestników jest bowiem gwarancją efektywniejszej współpracy. Grupa wsparcia jest przeznaczona dla kobiet bez określenia wieku, leczących się w poradni zdrowia psychicznego z diagnozą zaburzeń depresyjno-lękowych.

I.6 Realizatorzy projektu

Realizatorem projektu jest Ośrodek Pomocy Społecznej w Jastrzębiu – Zdroju. W celu prawidłowego funkcjonowania grupy wsparcia zabezpieczona została odpowiednia kadra. Są to dwaj pracownicy socjalni z odpowiednim przygotowaniem tematycznym. Osoby prowadzące grupę winny mieć pewne pożądane cechy takie jak:

- zdolność do prowadzenia spotkań grupowych
- komunikatywność
- umiejętność słuchania
- predyspozycje psycho –fizyczne
- odpowiednie przygotowanie zawodowe

Do zadań osób prowadzących grupę będzie należało:

- nabór uczestników
- organizowanie i prowadzenie grupy
- prowadzenie dokumentacji

I.7 Partnerzy projektu

Lekarz psychiatra, psycholog

I.8 Budżet

W projekcie uwzględniono, że wszelkie nakłady na bieżące potrzeby działania grupy pochodzą ze środków finansowych Ośrodka Pomocy Społecznej przewidziane dla grup wsparcia.

Budżet obejmuje również konsultacje z lekarzem psychiatrą i psychologiem w ramach spotkań grupowych.

I.9 Termin realizacji projektu

Etap przygotowawczy – czas na dotarcie do potencjalnych uczestników

Etap realizacji – rozpoczęcie działalności grupy wsparcia dla osób z zaburzeniami lękowo-depresyjnymi nastąpi od listopada 2010r. Zajęcia odbywać się będą w odstępach czasowych co dwa tygodnie. Każde spotkanie trwać będzie ok. 1,5 godziny.

Etap ewaluacji – ocena powodzenia projektu nastąpi po zakończeniu spotkań.

II PROGRAM GRUPY WSPARCIA

Sesja I

Powitanie i krótka prezentacja własnej osoby
Omówienie celu spotkań
Ustalenie wspólnych zasad funkcjonowania grupy

Sesja II

Omówienie problematyki zaburzeń depresyjno-lękowych
Dlaczego jest mi potrzebna ta grupa.
Dzielenie się własnymi doświadczeniami

Sesja III

Mocne i słabe strony.
Co mi się w sobie najbardziej podoba, a co najmniej
Wykorzystanie testu Becka i omówienie go

Sesja IV

Jak radzić sobie z lękiem
Czego najbardziej się boję
Materiały pomocnicze-kaseta video

Sesja V

Jak radzę sobie z zaburzeniami depresyjno-lękowymi

Sesja VI

Złość. Jak się obchodzę ze złością u siebie i innych
Ocena własnej asertywności wg modelu OWPS
Jakie emocje wywołuje u mnie moja choroba
Materiały pomocnicze-kaseta video

Sesja VII

W jaki sposób troszczę się o siebie i zaspokajam swoje potrzeby
Moje zobowiązania wobec siebie samej i wobec innych

W trakcie realizacji projektu przewidziano również sesje psychoedukacyjne i wspierające z udziałem lekarza psychiatry i psychologa.

Ilość spotkań w ramach założonego projektu może ulec zmianom uwzględniając potrzeby grupy.

IV. Ewaluacja projektu

Spotkanie ewaluacyjne - miesiąc po zakończeniu grupy

Materiały pomocnicze - ankieta ewaluacyjna

Odpowiedzialny za treść:	Ryszard Piechoczek
Data wytworzenia:	28.10.2010
Opublikował w BIP:	Rafał Stelmaczonek
Data opublikowania:	10.11.2010 09:17
Ostatnio zaktualizował:	Admin Admin
Liczba wyświetleń:	211